

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *FROZEN*
SHOULDER SINISTRA DI RSUD SRAGEN**



KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Guna Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Sebagian Persyaratan
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi**

Oleh:

Wahyu Ferianto

J 100 100 066

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2013

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *FROZEN SHOULDER SINISTRA* DI RSUD SRAGEN”** telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pembimbing,



Totok Budi Santoso, SSt. FT. MPH

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Program Studi
Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan
diterima untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi persyaratan untuk
menyelesaikan program pendidikan Diploma III fisioterapi.

Hari : Kamis

Tanggal : 25 Juli 2013

Tim penguji Karya Tulis Ilmiah

Nama terang

Penguji I : Dwi Rosella K S, SSt.FT, M.Fis

Penguji II : Sugiono, SSt.FT

Penguji III : Totok Budi Santoso, SSt.FT, MPH

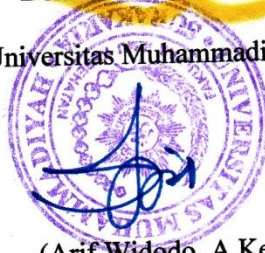
Tanda Tangan

()
()
()

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Arif Widodo, A.Kep,M.Kes)

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan maupun ahli madya di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila ternyata kelak dikemudian hari terbukti ada ketidakbenaran pernyataan saya diatas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Surakarta, 29 Juli 2013



Wahyu Ferianto
(J 100 100 066)

MOTTO

- Berusaha, berdo'a, dan bertawakal adalah Kunci Kesuksesan.
- Jangan pernah menyerah sebelum kita pernah mencoba untuk melakukannya.
- Pengalaman adalah suatu pelajaran yang paling berharga dalam hidup kita.
 - Kegagalan adalah keberhasilan yang tertunda

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Karya Sederhana Ini Sebagai Wujud Cinta, Syukur dan Terima kasihku Kepada :

- ✓ Allah SWT, atas semua limpahan rahmat-Mu yang telah memberikan kesehatan, kekuatan hingga aku bisa menyelesaikan karya tulis ini.
- ✓ Kedua orang tuaku yang aku sayangi dan cintai, yang slalu memberikan doa dan semangat.
- ✓ Kakak dan adikku yang aku sayangi.
- ✓ Ibu Wahyuni, SKM, M Kes selaku dosen pembimbing KTI, trima kasih bimbingan dan arahannya, doa dan semangatnya.
- ✓ Bapak Abdul Haris SST, Ft selaku pembimbing lahan di PKU Muhammadiyah Yogyakarta
- ✓ Bapak dan Ibu dosen Universitas Muhammadiyah Surakarta Jurusan Fisioterapi
- ✓ Sahabat dan teman – temanku yang kusayangi
- ✓ Seseorang yang selalu memberi semangat, trima kasih
- ✓ Nusa, Bangsa dan Almamaterku

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, hidayah dan petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun guna melengkapi tugas dan memenuhi syarat kelulusan Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan judul **“PENATALAKSANAAN TERAPI LATIHAN PADA KONDISI *FROZEN SHOULDER SINISTRA* DI RSUD SRAGEN”**

Penyusun Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan dan dorongan dari beberapa pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Bapak Arif Widodo, A.Kep, .M.Kes, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Umi Budi Rahayu, SST.FT, M.Kes selaku Kepala Program Studi fisioterapi Univesitas Muhammadiyah Surakarta

4. Bapak Totok Budi S, SST. FT, MPH, selaku dosen Pembimbing KTI yang telah memberikan arahan dan bimbingan.
5. Segenap Dosen-dosen pengajar di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang jauh-jauh memberikan ilmunya kepada penulis
6. Bapak dan Ibu, adikku yang aku sayang dan cintai terima kasih atas doa dan dukunganya yang telah diberikan selama ini
7. Seseorang yang telah memberi semangat terima kasih atas doa dan semangat yang telah diberikan.
8. Teman-teman seperjuangan D-III Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2013 yang tidak bisa disebutkan satu persatu tetap Semangat ya...

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, Juli 2013

Penulis

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *FROZEN SHOULDER*
SINISTRA DI RSUD SRAGEN
(Wahyu Ferianto, 2013, 74 halaman)**

Abstrak

Latar Belakang : *Frozen shoulder* adalah suatu kondisi yang menyebabkan keterbatasan gerak pada sendi bahu yang sering terjadi tanpa dikenali penyebabnya. *Frozen shoulder* menyebabkan kapsul yang mengelilingi sendi bahu menjadi mengkerut dan membentuk jaringan parut.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh / efektifitas pemberian terapi *Short Wave Diathermy* dan TENS terhadap nyeri, Untuk mengetahui pengaruh / efektifitas pemberian terapi manipulasi terhadap luas gerak sendi bahu, Untuk mengetahui pengaruh / efektifitas pemberian terapi latihan yang berupa *shoulder wheel, overhead pulley, finger ladder*, dan *hold relax* pada kasus *Frozen Shoulder*.

Hasil : Setelah dilakukan terapi selama 6 kali didapat hasil penilaian awal, nyeri diam T1 : 0 menjadi T6 : 0, nyeri tekan T1 : 3 menjadi T6 : i, nyeri gerak T1 : 5 menjadi T6 : 3, kekuatan otot fleksi, T1 : 3 menjadi T6 : 4, ekstensi, T1 : 3 menjadi T6 : 4, abduksi T1 : 2 menjadi T6 : 3, adduksi T1 - T6 : 4, eksorotasi T1-T6 : 3, endorotasi T1: 3 menjadi T6 : 4, kemampuan fungsional T1 : 3,6 menjadi T6 : 2,6, lingkup gerak sendi T1 : S (45°-0°-150°) menjadi T6 : S (50°-0°-160°), T1 : F (95°-0°-38°) menjadi T6 : (100°-0°- 40°), T1 : T (20°-0°-110°) menjadi T6 : (24°-0°-115°)

Kesimpulan : SWD, TENS, Terapi Manipulasi dan Terapi Latihan dapat mengurangi nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan Lingkup Gerak Sendi dan meningkatkan kemampuan fungsional.

Kata kunci : *Frozen Shoulder*, SWD (*Short Wave Diathermy*), TENS, Terapi Manipulasi, Terapi Latihan (TL).

**MANAGEMENT PHYSIOTHERAPY IN THE CASE OF FROZEN
SHOULDER IN RSUD SRAGEN
(Wahyu Ferianto, 2013, 74 pages)**

Abstract

Background : Frozen shoulder is a condition range of motion in the shoulder joint that often occurs with no identifiable cause. Frozen shoulder causes the joint capsule that surrounds the shoulder joint to contract and form scar tissue.

Aims of research : Result : After therapy for about six times the obtain result of the assesment of pain in silence pain T1 : 0 to T6 : 0, tenderness T1 : 3 to T6 : 1, motion pain T1 : 5 to T6 : 3. Muscle strength fleksor T1 : 3 to T6 : 4, exstensor T1 : 3 to T6 : 4, abduktor T1 : 2 to T6 : 3, adductor T1-T6 : keep 4, exsrotator T1-T6 : keep 3, endorotator T1 : 3 to T6 : 4. Functional ability T1 : 3,6 to T6 : 2, 6. Range of motion T1 : S (65°-0°-150°) to T6 : S (70°-0°-160°), T1 : F (95°-0°-38°) to T6 : (100°-0°-40°), T1 : T (110°-0°-55°) to T6 : (115°-0°-60°)

Conclusion : SWD, TENS, Exercise Therapy can reduce pain, improve muscle strenght, increas rang of motion, improve functional ability.

Key words : *Frozen Shoulder, Short Wave Diathermy (SWD), TENS, Exercise Therapy (TL).*

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	2
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Kasus.....	7
B. Deskripsi Problematika	21

C. Teknologi Intervensi Fisioterapi	22
---	----

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pengkajian Fisioterapi	30
B. Pelaksanaan Fisioterapi	40
C. Hasil Evaluasi.....	51

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil	52
B. Pembahasan.....	56

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	59
B. Saran	60

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

- A. Laporan Status Klinis
- B. Foto copy lembar Konsultasi
- C. Daftar riwayat hidup

GAMBAR TABEL

Tabel 3.1 kriteria penilaian kekuatan otot (Mardiman,dkk,2002).....	37
Tabel 3.2 Kriteria penilaian LGS bahu normal(Russe & Gerhardt, 1975).....	38
Tabel 3.3 Pemeriksaan sendi bahu kiri.....	38
Tabel 3.4 Shoulder Pain And Dissabilityn Index (SPADI)(Roach, 1991).....	39
Tabel 3.4 Evaluasi hasil terapi.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi bahu, sayatan pada bidang scapular tampak depan (Putz & Pabst, 2005)	10
Gambar 2.2 Sendi bahu setelah caput humeri ditanggalkan, tampak lateral (Putz & Pabst, 2005).....	11
Gambar 2.3 Skema pola kapsuler sendi bahu (Kuntono, 2004).....	16
Gambar 2.4 Gambar gerakan translasi (Mudatsir, 2002).....	26
Gambar 3.1 Pengaturan terapi TENS.....	41
Gambar 3.2 Traksi <i>lateroanterocranial</i> (Kuntono, 2004).....	43
Gambar 3.3 <i>Glide</i> sendi bahu arah <i>posterolateral</i> (Kuntono, 2004).....	44
Gambar 3.4 <i>Gliding</i> sendi bahu arah <i>caudal</i> (Kuntono, 2004).....	45
Gambar 3.5 <i>Gliding</i> ke arah <i>anteromedial</i> (Kuntono, 2004).....	46
Gambar 3.6 Latihan gerakan fleksi-ekstensi sendi bahu dengan <i>shoulder wheel</i>	47
Gambar 3.7 Latihan gerakan sirkumduksi sendi bahu dengan <i>shoulder wheel</i>	47
Gambar 3.8 Latihan gerakan fleksi sendi bahu dengan <i>finger ladder</i>	48
Gambar 3.9 Latihan gerakan abduksi sendi bahu dengan <i>finger ladder</i>	49
Gambar 3.10 <i>Overhead pulley</i> pada gerakan bahu a. fleksi, b. Abduksi (Kisner, 1996).....	50
Gambar 3.11 Terapi latihan sendi bahu dengan <i>hold relax</i>	51

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Evaluasi nilai nyeri pada bahu kiri menggunakan VAS.....	53
Grafik 4.2 Evaluasi nilai LGS aktif bahu kiri menggunakan goniometer.....	54
Grafik 4.3 Evaluasi nilai kekuatan otot bahu kiri menggunakan MMT.....	55